

No.
113

2026.1.1

協会ニュース

■ CONTENTS

会長挨拶	1
知事要望	2
秋の叙勲および表彰	2
第41回徳島県看護学会	2
職能委員会活動報告	3
支部活動報告	4
キラキラ新人さん	6
私の趣味	8
火災や風水害等に遭われたとき	8
令和7年度徳島県保健師助産師看護師等実習指導者講習会	8
令和7年度特定分野における	
徳島県保健師助産師看護師等実習指導者講習会	8
ナースセンターだより	8
ワンポイントアドバイス No.56	8
編集後記	8

表紙 写真提供 緒方静子様

会長挨拶



会長 庄野 泰乃

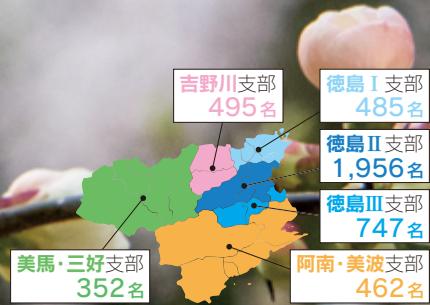
皆様、明けましておめでとうございます。昨年中は徳島県看護協会（以下、本会）の活動に多大なご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

会長就任から約半年が経過しました。日々の業務を振り返り、中長期的な視野で一步先を見据えた判断や取り組みができるよう、今後とも研鑽してまいります。

今後力を入れていきたいのは、会員等への情報発信です。そのためには、まずは

保存されているデータを整理し、それをもとに根拠ある情報をわかりやすく「見える化」することから始め、様々な場面で要望活動等にもつなげてまいります。

また、本会は理事・監事をはじめとした役員は任期制で交代しますので、実際に本会の事業活動を縁の下で支えているのは、実務を行う職員です。従って、役員が代わっても、本会の事業運営が円滑かつ発展的に進むような組織内部のしくみづくりを進めてまいります。



12/17
現在
4,497名

スマート
フォン
対応



さて、看護協会の構成は会員で成り立っており、会員の力が看護協会の力です。しかしながら、徳島県の2025年10月の会員数は、4,466名（前年差異-160名）です。特に20代、30代の若い年代の会員が減少しています。2025年6月に本会が県内看護職（非会員含む）に看護協会についての調査によると、20代の回答の特徴として、「看護協会の意義を感じない」と答えた人の割合が最も多かったという結果でした。看護職能団体の重要性や役割について、どのような時期にどのような方法でアピールすれば理解が深まり必要性を感じもらえるのか、現場の皆様とともに考え、取り組みを進めてまいります。

日本看護協会の新ビジョン、「看護の将来ビジョン2040」では、より良い看護を提供するために、まず、看護職自らのウェルビーイングの向上が大切であると示しています。本会においても、現場の声を大切にし、看護職が看護への誇りとやりがいを感じ、幸福感や満足感を感じながら健全に働き続けられるよう、支援してまいります。

徳島の看護の未来と一緒に描きましょう。本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

知事要望

公益社団法人
徳島県看護協会
R7.11.25(火)

要望事項

徳島における看護人材の確保・定着・育成

1 未来の看護人材確保への支援

①小中学生対象

- ・健康出前授業として、「いのちの大切さ」や「プレコンセプションケア（若い男女が健康と向き合う）」の発信
- ・看護を身近に感じられる体験型イベントの推進

②看護学生対象

- ・10年後に地元で活躍する自分を描くためのキャリア教育の推進



2 県内における専門性の高い看護職のシームレスな育成支援

①在宅ケア認定看護師教育課程再開への支援

②新たな認定看護師教育課程（認知症看護）の開設への支援

3 看護職員の定着のため勤務環境整備への支援

①看護職員への暴力・ハラスメント対策の実態把握と啓発

②夜勤労働負担軽減のための支援継続



秋の叙勲および表彰



瑞宝双光章
橋本 幸子 様



高齢者福祉功労者等に対する
県知事表彰
住友 明美 様



第41回徳島県看護学会

第41回徳島県看護学会が12月13日(土)に徳島大学・大塚講堂にて開催され、参加者は193人でした。

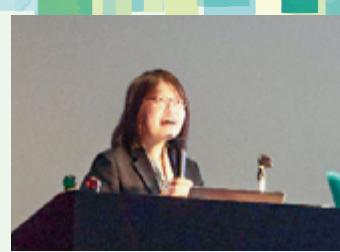
庄野学会長の開会挨拶の後、10施設18演題【口演10演題、示説8演題】の実践に根ざした研究報告と実践報告が行われました。インフォメーションブースでは3施設より4題の掲示と今回初の質疑応答が行われました。

特別講演は、武蔵野大学ウェルビーイング学部ウェルビーイング学科長で教授の秋山美紀先生をお迎えし、「看護職のウェルビーイング」というテーマでご講演いただきました。秋山先生ご自身の研究を踏まえた内容と【看護職の倫理綱領(2021)】【看護の将来ビジョン2040(2025)】の解説、そして「まず看護職である自分が元気になって」というメッセージとともに、「お幸せに」とのお言葉を添えられ、和やかな雰囲気の中でご講演をされました。

鈴記学会担当理事より、今回の奨励賞が「第二報」であり、一度の研究で終わることなく、対象を替えて結果を導かれたこと、研究を継続することの大切さ、研究のシリーズ研修の継続開催、学会参加を呼びかけ、閉会となりました。

奨励賞 脳神経疾患患者に対する口腔ケアプロトコル導入の効果 第二報

徳島県立中央病院 笠井仁美 野口孝弘 馬場ちひろ
(敬称略)



特別講演



第42回徳島県看護学会は、9年ぶりに会場を【徳島県看護会館】に戻り、開催予定です。これまでに引き続き、多くの方の演題登録とご参加をお待ちしております。

活動報告

保健師職能委員会

未来を拓く保健師活動の
ために共に進めよう



委員長

浦西 由美

保健師職能委員会は、『全世代型地域包括ケアにおける看護機能の強化に向け、保健師の専門性の向上とキャリア形成の推進』を目標とし、保健師の専門性向上のための研修会並びに保健師間の連携強化のための職能集会、入会促進などの活動をしています。

【令和7年度活動報告 研修名（開催日、参加者数）】

①保健師職能集会（9月3日、46名）、新任期保健師を対象に看護協会活動を知っていただき研修希望等を聞かせていただきました。



②三職能合同研修（10月18日、40名）、医療的ケア児の在宅移行における多職種連携を学び連携を深めました。

③自治体保健師の活動内容や魅力発信のイベント（11月30日、7名）、看護学生を対象に保健師の魅力発信と人材確保に向けた相談を実施しました。

④保健師スキルアップ研修及び災害時保健活動研修会（12月5日、29名）、DMAT活動から保健活動を考え、災害への備えを推進しました。

2040年の超高齢化社会、人口減少を見据え、今後の保健師活動はどうあるべきかを考え、未来を拓いていく時期にあります。改正に向け検討中の「保健師活動指針」の動向を踏まえ、保健師が地域でいきいきと活動できることを目指し、保健師職能委員会活動を実施しています。現場の声やご意見をお聞かせくださいますようお願いします。

活動報告

助産師職能委員会

今後の展望を見据えた助産師の役割拡大と全ての母子に必要な支援のあり方を考える



委員長

森内 洋美

助産師職能委員会は、助産師の専門性の向上・展望を見据えた役割拡大、また、全ての母子のための地域包括ケア病棟の普及・推進にむけた活動をしています。

専門性の維持・向上として、CLoCMiP レベルⅢ認証のための研修会を開催しています。今年度「妊娠褥婦のフィジカルアセスメント：脳神経」とし、徳島大学ウィメンズヘルス支援学分野 加地 剛先生にご講演いただきました。10月には、昨年開催した医療的ケア児に焦点を当てた第2回研修会として、「医療的ケア児、家族のウェルビーイングの実現」という共通の目標のために、今年度は支援者と当事者双方の視点から、三職能研修会を開催しました。こどもと家族の立場からお話を伺い当事者視点における思いの共有、また多職種で意見交換することで多くの気づきや対象者に寄りそった支援のあり方を再考する機会になりました。1月には、職能交流集会として県内の産後ケアの状況について報告会を行い、それぞれの施設の現状と課題、今後の展望についてグループディスカッションをする予定です。

助産師職能委員会は、研修会に加え、助産師を取り巻く現状と課題について協会へ提言し、県への要望に活かせられるよう活動しております。今後も、全ての母子と働く助産師の力になれるよう活動して参ります。

活動報告

看護師職能委員会

その人らしい
生き方実現のための
看護師としての役割



委員長

谷崎 宏美

看護師職能委員会では、病院領域（領域Ⅰ）と介護・福祉関係施設・在宅等領域（領域Ⅱ）の様々な場で働く看護師が専門性を高め、質の高い看護が提供できるような支援や働き続けられる勤務環境改善、看護職確保、会員拡大等を目的として活動しています。

専門性を高める生涯教育の推進に向けて令和7年11月30日に「病院でのACP導入に向けた取り組みと課題」という研修会を開催しました。また、令和8年2月1日には「在宅におけるACP」という研修会を予定しており、今年度は、看護師としての役割を病院と在宅の継続性のある内容で学ぶ機会としています。9月に「おぎやっと21」への参加、10月に三職能合同研修会も開催できました。

今年度、日本看護協会では、看護職への暴力・暴言・ハラスメントに関する取り組みがなされています。看護師職能委員会でも、皆様の声を聞き少しでもよい環境になるような取り組みができるべきだと思っております。

支部活動報告

徳島支部Ⅰ

支部長 中井 幾美

徳島支部Ⅱ

支部長 岩本 尚美

徳島支部Ⅲ

支部長 庄野 まゆみ

日頃より支部活動にご理解、ご支援を頂きありがとうございます。

徳島支部Ⅰ（鳴門・板野地区）では、地域住民の健康増進、福祉の向上を図るために、支部Ⅱと共に毎月第2・4土曜日に、常設「まちの保健室」をマルナカスーパーセンター徳島店において、通常通りの開催をしています。

イベント事業では、鳴門市において6月14日「100円商店街」、10月19日「子どものまちフェスティバル」の開催にあわせ、「一日まちの保健室」を開催しました。手洗い評価キットを用いた正しい手洗いコーナー、

ナースに挑戦クイズコーナー、パズルで学ぶ-からだのしくみなどを実施し、参加者にとても好評でした。

支部施設交流会においては、看護協会の活動や研修等の情報提供、よりよい支部活動に向けての話し合い、施設間での情報交換等、顔の見える関係づくりを通して地域連携強化の場ともなっています。

今後も皆様のご協力をよろしくお願いいたします。



日頃より支部活動にご理解、ご支援いただきありがとうございます。徳島支部Ⅱは、徳島市、名西郡、佐那河内村を担当し、地域住民の健康増進、福祉の向上を目的として、常設「まちの保健室」の運営、「施設交流会」、「地域看護イベント事業」、「看護の出前授業」を開催しております。

常設「まちの保健室」は、毎月第2・4土曜日に徳島支部Ⅰと共同でマルナカスーパーセンター徳島店において、健康相談等を行っています。また、年3回の施設交流会では

情報交換を行うなど、施設間での顔の見える関係づくりを大切にし、連携を深めています。地域看護イベント事業では、老人会や地域イベントの参加、看護の出前授業では、小・中・高校生、地域住民の方々等の幅広い年代を対象に、助産師や認定看護師等が出向き、「命の大切さ」、「看

護の魅力」、「誤嚥性肺炎の予防」などのテーマで授業を行い、好評をいただいております。今後も、地域住民の方々の健康保持・増進に貢献できるよう、地域住民のニーズにあたった活動をしてまいりますので、ご協力の程どうぞよろしくお願い申し上げます。



日頃より支部活動に、ご理解とご支援をいただきありがとうございます。

徳島支部Ⅲは、小松島市、勝浦郡の地域を担当し、地域住民の方々の健康増進と福祉の向上を図るために各施設と連携し、地域活動を行っています。

阿南・美波支部と協力し、ショッ

ピングセンターアピカにおいて常設「まちの保健室」を第2・4土曜日に開催し、最も身近な医療職として、地域住民の方々が気軽に相談できる場となっています。また、看護のこころ普及や看護職をより多くの学生に知ってもらえるよう、イベント事業や「いのちの大切さ・看護師の仕事」



関係を大切に、看護職の交流、情報交換を行っています。

今後も施設間の交流を図り、地域住民の方々の健康保持・増進に貢献できるよう、地域に密着した事業を推進してまいります。どうぞ皆様のご協力をよろしくお願いいたします。



を地域の小学生・中学生・高校生を対象に行っています。施設交流会では、顔のみえる

阿南・美波支部

支部長 館 美加

- 日頃より支部活動にご理解とご協力を頂きありがとうございます。阿南・美波支部は阿南市・牟岐町・美波町・海陽町・那賀町の地域を担当し、地域住民の方々の健康増進、福祉の向上を図るために、会員の皆さまのご協力のもと地域活動を行っております。徳島支部Ⅲと協働で開催しているショッピングセンターAピカでの「常設 まちの保健室」は、血圧測定や健康相談、保健指導等を行っています。支部施設間での「施設交流会」では、顔の見える関係作りと共に、看護職員間の交流や、共通する地域課題に対する貴重な意見交換の場となっています。
- また、地域看護サービス事業としてイベント等での「まちの保健室」の開催、看護のこころの普及や看護職の仕事のアピール等を地域の学校へ出向いて行う「看護の出前授業」等も積極的に行っております。
- 今後も新たな健康へのニーズを拾い上げながら、暮らしの場での活動を通して、健康なまちづくりにみなさんと共に貢献していきたいと考えています。更なるご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。



- 日頃より支部活動へのご理解とご協力をありがとうございます。
- 吉野川支部は、阿波市・吉野川市を管轄し年間事業計画に沿った活動を実施しています。
- 活動内容は、①施設交流会②常設まちの保健室③相談員の募集と育成④地域看護サービス（イベント事業）⑤看護の出前事業です。
- 施設交流会は、年3回開催し、協会の活動状況の周知や、地域のイベントへの参加企画、各施設の情報交換などを行っています。常設「まちの保健室」は、毎月第2と第4土曜日 10:00~12:00、貞光ゆうゆう館にて、美馬・三好支部と協力して開催しています。地域に根差した健康づくりに向け、認定看護師の活動や、血圧測定、体脂肪率、酸素飽和度などを測定しています。また、相談員を募集し育成に努めています。地域看護サービスでは、地域で開催されるイベント事業でも、まちの保健室を開催しています。看護の出前授業では、学校に出向き命の大切さを伝えるとともに次世代の看護職につながるように努めています。
- 今後も、まちの保健室の充実やイベント参加企画などを検討しながら、地域に密着した活動が展開できるよう考えていきたいと思います。



吉野川支部

支部長 西村 久美子

- 日頃より支部活動にご理解ご支援いただきありがとうございます。
- 徳島県看護協会美馬・三好支部では、地域住民の方々の健康増進、福祉の向上をはかるために、常設「まちの保健室」、施設交流会、地域看護サービス（イベント）事業、看護の出前授業の活動をおこなっております。
- 常設「まちの保健室」は、吉野川支部との協力のもと、会員の皆様にご参加いただいて、第2・4土曜日に貞光ゆうゆう館で開催されています。地域住民の方々が、気軽に心と体の健康相談ができる場所となっています。
- また、看護の出前授業では、地域の小・中・高等学校に出向き「いのちの大切さ、看護職の仕事、看護職への道」などのテーマで授業を行っています。出前授業をとおして、看護のこころ普及や将来看護職をめざす学生が増えるよう活動しています。
- 施設交流会では、地域の看護職が顔の見える関係づくりで情報交換や交流を図っています。



美馬・三好支部

支部長 岸本 小百合

キラキラ新入さん

テーマ：目指す看護師像

救急病棟ならではの看護



徳島県立三好病院 桜井 希彩

入職してから半年が経過しました。

私が勤務する救急病棟では、重症の患者さんにケアを提供するとともに、ご家族が抱える不安にも向き合う機会が多くあります。看護師としてどのように関わればよいのか悩むこともありますが、先輩方から助言を得ながら日々頑張ることができます。

会話ができる患者さんは少ないですが、その分表情や動作に目を向けた関わりやケアを大切にしています。

今後も自己研鑽し、患者さんやそのご家族から信頼される看護師になれるよう努力していくたいと思います。

テーマ：目指す看護師像

安心感を与える看護師に



徳島市民病院 看護師 谷口 こころ

私の目指す看護師は、患者さんに寄り添い安心感を与える看護師です。入職して約半年が経ち、一人でできる業務が増えました。様々な患者さんやご家族と関わる中、個別性のある看護の難しさや自分自身の未熟さを実感しています。病棟の先輩が患者さんに合わせた看護を行っている姿から、日々、多くの学びがあります。理想の看護師に近づけるよう確かな知識と技術を習得し、丁寧な看護が提供できるよう成長していきたいです。

テーマ：目指す看護師像

信頼される看護師に



徳島県立中央病院 9階南病棟 看護師 板東 陽菜

入職して半年が過ぎ、多くの方に支えられながら日々の業務に取り組んでいます。

多くの患者さんと関わる中で、「あなたの笑顔を見たら元気が出る」という患者からの言葉が、印象に残っています。治療に対する不安や、ストレスを抱えている患者の気持ちに寄り添うことだけでなく、笑顔で関わることの重要性に改めて気づくことができました。笑顔で関わることを心がけ、患者やその家族から信頼される看護師になれるよう、努めていきたいと思います。

テーマ：目指す助産師像

母子とその家族の気持ちに寄り添える助産師



徳島大学病院 東病棟3階 津本 紗彩

入職して半年が経ちました。日々、妊娠褥婦と関わる中で、命の誕生の素晴らしさや、母子や家族を支える役割の重要性を改めて実感しています。私は母子とその家族の思いに寄り添い、一人ひとりの価値観や希望を尊重できる助産師を目指しています。そのため、コミュニケーションを大切にし、母子とその家族が安心して過ごせるよう支援することを心がけています。まだまだ未熟ですが、先輩方のご指導のもと、日々努力していきます。

テーマ：目指す看護師像

患者様に寄り添える看護師に



徳島赤十字病院 看護部 臨床研修看護師 久保 めぐみ

徳島赤十字病院に入職し約半年が過ぎ、ローテーションをしながら様々な科で研修を行っています。一人でできることが増えていく面、1つの業務に集中してしまいがちな場面もあります。そのような状況の中でも、常に患者様の立場に立ち、安心感を与えるような関わりが大切であると考えています。これからも、確かな知識や技術を身に付けた上で患者様一人ひとりに合った声掛けや正確な情報提供を行うことができる看護師を目指していきたいです。





テーマ：目指す看護師像

笑顔を大切に

川島病院 中田 光虹

入職して半年が経ち、様々な患者さんと関わる中で、自分の未熟さを感じる日々ではあります。が優しい先輩方からのサポートのおかげで最初の頃に比べて徐々に1人でできる業務が増え始めました。

私は患者さんが入院生活で少しでも安心して過ごせるよう笑顔で患者さんに接することができる看護師を目指しています。患者さんにとって、笑顔は安心感を与え、不安や緊張を和らげる大切な存在になると思います。どんなに忙しい状況でもできるだけ、患者さんの思いに耳を傾け患者さんが話しやすい雰囲気づくりを大切にしたいです。まだまだ未熟ですが知識と技術を身につけ少しでも患者さんの支えになれるよう成長していきたいと思います。

テーマ：目指す看護師像

患者さんから信頼される看護師へ

阿南医療センター 登 日向

私は、患者さんが安心した入院生活を送れるように笑顔で接し患者さんから信頼される看護師を目指しています。入院患者さんはほとんどの方が今後の事や病状について不安を抱えていると思います。そのような時に頼りにされるのは入院生活で一番身近にいる看護師です。患者さんからわからないことを聞かれたときや不安などを聞いたときには優しく、分かりやすい言葉で対応し、この看護師に話してよかったですと思ってもらえる、信頼される看護師になりたいと思います。そのためには、普段から笑顔で丁寧に患者さんと接することを心がけていきたいです。

テーマ：目指す看護師像

安心して過ごせる日常生活のために

吉野川医療センター 循環器科病棟 看護師 三河 花

私は、患者さんやその家族に寄り添い、退院後の生活まで見据えて支援できる看護師を目指しています。入院中は治療や処置を中心に行いますが、本当に大切なのは退院後に安心して生活を続けられることだと思います。のために、患者さんの不安や家族の負担に耳を傾け、必要に応じて他職種と連携しながら最適なサポートを考えられる力を身に付けたいです。一人一人の生活背景を理解し、その人らしい人生を支えられる看護師になりたいです。

テーマ：目指す看護師像

優しい看護師

徳島県立海部病院 青木 嶺太

海部病院で勤務して2年目になります。一人でできることが増える一方で、日々の多忙な業務に余裕がなくなり「患者さんにしっかりと寄り添っているのか?」と悩むことがあります。新人の頃、忙しい中でも患者さんに丁寧に寄り添う先輩の姿に憧れ「患者さんに寄り添える優しい看護師」が自分の目標看護師像になりました。理想と現実に揺れながらも、患者さんに寄り添う姿勢を忘れず、これからも「優しい看護師」として成長できるように努力していきます。

テーマ：目指す看護師像

患者に寄り添える看護師に

つるぎ町立半田病院 大和 征矢

看護師として働き始め、日々の業務を通して多くの学びと成長を感じています。最初は分からぬことばかりで不安もありましたが、先輩方の指導や患者さんの笑顔に支えられながら少しずつ自信をもてるようになりました。これからは技術だけではなく、患者さん一人ひとりの思いに寄り添い、その人らしさを大切にできる看護を実践したいと考えています。信頼される看護師を目指して努力を続けていきます。

テーマ：目指す保健師像

頼れる保健師を目指して

西部総合県民局保健福祉環境部(三好保健所) 健康増進担当 主事 中川 智紗季

入庁して早2年半、精神障害を抱える当事者やその家族と関わり、相談者のしてほしいことに対して保健師ができることの限界を学びました。私自身の不適切な対応もあり、相談者から厳しいお言葉をいただくこともたくさんありました。ただ、時間をかけて自分なりにできる対応を考え、最近は「相談してよかったです。」と言ってもらえることも増えました。してほしいことには応えられなくても、相談してよかったです、困ったら相談しようと思つてもらえる保健師を目指してこれからも頑張ります。

私の趣味

むつみホスピタル 郡 利江

～わたSHIGA輝く国スポ2025出場～

滋賀県で開催された国民スポーツ大会（旧国体）になぎなた競技の監督として出場しました。高校時代に袴にあこがれてなぎなたを始めて、50年以上になります。就職、育児、自身のキャリアアップの時期などライフステージの中で幾度かやめたいと思った時もありましたが、なぎなたが好きだから続けてこられたのだと思います。「なぎなた？」私の大切なコミュニケーションツールの一つでもあります。今後も、子・孫世代の後輩達と楽しくなぎなたの稽古を続けていきたいと思っています。



社会経済福祉委員会

ご存知ですか??/ 火災や風水害等に 遭われたとき

次の区分により見舞金が支給されます。

区分	被災の程度	見舞金の額
火災の場合	家屋全焼	30,000円以内
	家屋半焼	20,000円以内
風水害及び震災の場合	家屋全壊	30,000円以内
	家屋半壊	20,000円以内
	家屋傾斜、床上浸水	10,000円以内

※公益社団法人徳島県看護協会の規程によります。

令和7年度徳島県保健師助産師看護師等実習指導者講習会 令和7年度特定分野における徳島県保健師助産師看護師等実習指導者講習会

令和7年度徳島県保健師助産師看護師等実習指導者講習会に19施設から24名が受講しました。

令和7年度特定分野における徳島県保健師助産師看護師等実習指導者講習会では5施設5名が受講しました。

どちらの講習会も受講生全員が体調管理に努め、無事に全科目を修了することができました。

実習指導案作成前のグループワークでは、どのグループからも“寄り添う”というキーワードが挙げられました。患者に寄り添う、家族に寄り添う、そして学生に寄り添うなど、自身の看護観を振り返りながら、看護学生に寄り添った指導ができる実習指導者として、それぞれの施設で活躍いただけることを期待しております。

お忙しい中、長期間にわたり講義や演習をご担当してくださった講師の先生方、ご協力いただいた施設の皆さんに心より感謝申し上げます。



ナースセンターだより

9月29日「そなえランド～遊びでまもる、ぼくらのミライ～」

東部防災館 おきのすインドアパークにて

腕のケガ（骨折）、足のケガ（出血）のどちらかを子どもがくじを引いて決めます。
保護者がケガをして子どもが応急手当をします。



この中から、各自が選んで、保護者の応急処置を行います。



講師から、説明があります。



看護師はアドバイスを行い、子ども達と一緒に応急手当をします。



「おしごと体験イベント」などにも、出展しています。これからも小学生や未就学児にも“看護”的楽しさを伝えていきます。

小学生・
未就学児他 224名
+保護者 170名が
参加しました。



講 師

徳島赤十字病院
救急看護認定看護師
福田ひろみ様
坂田司様

ご協力
ありがとうございました。

医療安全対策 ワンポイントアドバイス

No.56

編 集 後 記

協会ニュース「和」の発行にあたりご協力いただいた皆様ありがとうございました。今後も皆様が身近に感じる話題を提供してまいりますのでよろしくお願ひいたします。
(広報出版委員一同)

点滴注射の確認ポイント

